



2 wekenschema week 3



Keuken

Keukendeurtjes + bovenop de kastjes schoonmaken	0 0 0 0
Losse spullen afwassen	0 0 0 0
Achterwand aanrecht schoonmk	0 0 0 0
Vaatwasser zeefje/rand/deur	0 0 0 0
Overige keukenapparatuur oprfissen	0 0 0 0
Gootsteen/kraan	0 0 0 0
Afvalbakjes omspoelen/schoonmkn	0 0 0 0
Stofzuigen / dweilen	0 0 0 0

WC

Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Matten wassen	0 0 0 0
WC + fonteintje schoonmaken	0 0 0 0
Kraantje, spiegel afnemen	0 0 0 0
WC borstel met houder	0 0 0 0
Afvalbakje legen	0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

Woonkamer

Stoffen/klamvochtig afnemen	0 0 0 0
Bank indien nodig stofzuigen	0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen	0 0 0 0

Overige klussen

Administratie bijwerken	0 0 0 0
Kattenbak/kooien	0 0 0 0
Gras maaien	0 0 0 0
Oud papier, glaswerk etc wegbrengen	0 0 0 0
Schoenen, jassen en tassen nalopen	0 0 0 0
Kwartiertje opruimen in 1 vertrek	0 0 0 0

Wekelijkse klusjes optioneel

Badkamer oprfissen	0 0 0 0
Afvalbakje badkamer legen	0 0 0 0
Stofzuigen/dweilen badkamer, trap, overloop en hal	0 0 0 0

Ochtendroutine

Momentje voor jezelf	0 0 0 0 0 0 0
Douchen/aankleden	0 0 0 0 0 0 0
Ramen open	0 0 0 0 0 0 0
Beddengoed laten luchten	0 0 0 0 0 0 0
Ontbijten/event medicijnen	0 0 0 0 0 0 0
Event. lunch klaarmaken	0 0 0 0 0 0 0
Ontbijttafel afruimen	0 0 0 0 0 0 0
Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0 0
Aanrecht opruimen	0 0 0 0 0 0 0
Niks vergeten om mee te nemen	0 0 0 0 0 0 0

Dagelijkse routine

WC oprfissen	0 0 0 0 0 0 0
Wastafel/kraan oprfissen	0 0 0 0 0 0 0
Opruimrondje eigen slaapkamer	0 0 0 0 0 0 0
Opruimrondje (kinder)kamers	0 0 0 0 0 0 0
Opruimrondje wc/badkamer	0 0 0 0 0 0 0
Opruimrondje trappen/overloop	0 0 0 0 0 0 0
Opruimrondje woonkamer	0 0 0 0 0 0 0
Opruimrondje (bij)keuken	0 0 0 0 0 0 0
Opruimrondje hal/overige ruimte	0 0 0 0 0 0 0
Aanrecht opgeruimd houden	0 0 0 0 0 0 0
Vaatwasser/afwassen	0 0 0 0 0 0 0
Hand/thee/vaatdoek verschonon	0 0 0 0 0 0 0
Katten/kooien etc oprfissen	0 0 0 0 0 0 0
Wassen/drogen/vouwen/opbergen	0 0 0 0 0 0 0
Email/post openen	0 0 0 0 0 0 0
Boodschappen	0 0 0 0 0 0 0
Planten verzorgen	0 0 0 0 0 0 0

Reminders

Een weekmenu maken	0 0 0 0 0 0 0
Agenda / planning	0 0 0 0 0 0 0
Tandenborstel(s) vervangen	0 0 0 0 0 0 0

Avondroutine

Koken	0 0 0 0 0 0 0
Tafel afruimen	0 0 0 0 0 0 0
Afwassen/vaatwasser	0 0 0 0 0 0 0
Aanrecht opruimen	0 0 0 0 0 0 0
Doekje over kookplaat/afzuigkap	0 0 0 0 0 0 0
Vegen/kruimeldief	0 0 0 0 0 0 0
Event. lunch klaarmaken	0 0 0 0 0 0 0
Iets uit de vriezer halen?	0 0 0 0 0 0 0
E.e.a. voor morgen klaarleggen	0 0 0 0 0 0 0
Afvalbakjes legen	0 0 0 0 0 0 0
Email en agenda nakijken	0 0 0 0 0 0 0
Event. medicijnen	0 0 0 0 0 0 0
Relaxen	0 0 0 0 0 0 0

Poetsklus voor deze week

Muren en plafonds ontstoffen	0 0 0 0 0 0 0
Bovenop hoge kasten ontstoffen en event. een doekje overheen halen	0 0 0 0 0 0 0
Radiatoren ontstoffen/schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
CV ketel met toebehoren ontstoffen	0 0 0 0 0 0 0
Houtwerk ontstoffen/schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Lampen schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Schilderijlijstjes en andere hangende voorwerpen ontstoffen/schoonmkn	0 0 0 0 0 0 0
Stopcontacten/lichtschakelaars schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Vitrinekast + inhoud schoonmaken	0 0 0 0 0 0 0
Voorraad lampen en batterijen controleren	0 0 0 0 0 0 0